

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Masa remaja atau dengan istilah lain masa pubertas adalah suatu masa perkembangan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Menurut Papalia dan Olds, masa remaja adalah perubahan masa perkembangannya masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang biasanya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan diakhiri dengan usia akhir belasan tahun. Papalia dan Olds juga berpendapat bahwa masa remaja adalah masa antara kanak-kanak dan dewasa.<sup>1</sup>

Pada saat remaja merupakan masa yang unik serta formatif karena pada masa remaja sebagian besar memiliki kondisi kesehatan fisik dan kesehatan mental yang masih baik dari masa sebelumnya yaitu masa kanak-kanak. Perubahan yang terjadi ketika memasuki masa remaja ditandai dengan perubahan biologis seperti bertambahnya tinggi badan serta berat badan, pertumbuhan dalam otot dan tulang, serta perkembangan dalam kematangan fungsi reproduksi. Sedangkan perubahan dari segi mental yaitu ditandai dengan beralihnya pola pikir remaja, emosional yang dialami, serta faktor lingkungan yang mempengaruhi tumbuh kembang remaja. Perubahan seperti ini dapat menimbulkan rasa cemas dan ketidaknyamanan sebab remaja menerima perubahan apa yang terjadi dan beradaptasi atas perkembangannya.<sup>2</sup>

Pada masa ini lambat laun remaja akan mengalami berbagai perubahan pada segi emosional dan sosial karena sering menginginkan suatu kebebasan serta kemandirian karena merasa sudah lepas dari pengaruh orang tua akan tetapi masih membutuhkan peran dari orang tua. Hal ini bisa juga disebut bahwa masa seorang remaja tidak lagi disebut sebagai seorang anak kecil, namun belum bisa dikatakan sebagai orang dewasa.<sup>3</sup>

Perubahan masa pubertas yang dialami oleh seorang remaja, menjadikan emosional atau labilitas tersendiri bagi sang remaja sehingga orang tua tidak dapat memahaminya seperti orang tua belum menyadari adanya perubahan yang terjadi bahwa mereka telah menjadi seorang remaja. Bisa juga emosional remaja terjadi ketika

---

<sup>1</sup> Ah. Choiron, *Psikologi Remaja*, (Yogyakarta: Idea Press Yogyakarta, 2011), 51-52.

<sup>2</sup> Khoirul Bariyah Hidayati, M Farid, "Konsep Diri, Adversity Quotient dan Penyesuaian Diri Pada Remaja", *Jurnal Psikologi Indonesia* Vol V No 2, (2016): 138.

<sup>3</sup> Ririn Nasriati, *Kesehatan Jiwa Remaja*, 1.

masa kanak-kanak, dirinya belum mempersiapkan tentang keadaan-keadaan yang akan dihadapi pada masa remaja.<sup>4</sup>

Di negara yang tergolong maju dan berkembang, suatu persoalan perkembangan masa remaja seperti ini merupakan suatu hal yang sangat menarik dari masa yang sebelumnya. Dalam kasus ini kondisi remaja sangat rentan terhadap suatu masalah psikologis yang timbul atau berasal dari dalam pikirannya sendiri karena adanya tuntutan hidup yang semakin tinggi sehingga mengharuskan untuk bisa lebih menyesuaikan diri terhadap lingkungannya yang baru padahal setiap remaja memiliki kapasitas pemikiran yang berbeda-beda dan hal tersebut tidak mudah untuk dilalui remaja. Ketika remaja menginjak dewasa akan ada hal-hal baru yang akan ia hadapi. Berusaha menghadapi masalahnya sendiri, mencoba beradaptasi dengan lingkungannya, harus memiliki pikiran yang kritis yang menjadikan remaja merasa tertekan dan pada akhirnya remaja memberontak bahkan mengacuhkan lingkungannya. Problem yang dialami oleh remaja yaitu dengan berubahnya perilaku seperti lebih sering murung ketika menghadapi suatu masalah, lebih sering bersikap individualis karena merasa kurang cocok dengan lingkungan.<sup>5</sup>

Gangguan mental yang dialami seorang remaja akan berpengaruh pada kondisi pikiran serta perasaan remaja sehingga dapat berdampak pada keseharian remaja dalam beradaptasi dengan orang lain atau lingkungan sekitar. Jika kondisi seperti ini sering mengganggu kondisi pikiran remaja maka dampak dari adanya gangguan mental yaitu menyerang perilaku remaja.<sup>6</sup>

Menurut pakar-pakar psikologi remaja pada dasarnya akan meniru apa yang dilihat atau dialami pada lingkungannya (behaviorisme/empirisme) dimana semua memori kejadian akan tersimpan dalam pikiran alam bawah sadarnya, sehingga lambat laun akan membentuk watak serta keprobadian remaja ketika dia beranjak dewasa. Terkait dengan hal diatas, pada realitasnya berdasarkan intensitas waktu seorang remaja selama satu hari misalnya, maka yang

---

<sup>4</sup>Enung Fatimah, *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*, (Bandung: CV. Pustaka SETIA, 2008), 105.

<sup>5</sup>Anggi Setyo Adi, "Mengatasi Kebiasaan Mengonsumsi Minuman Keras Melalui Konseling Perorangan Menggunakan Pendekatan Behavioral Dengan Teknik Pengelolaan Diri pada Siswa kelas XTKJ SMK Negeri 1 Karanganyar Tahun Ajaran 2012/2013", *Jurnal Ilmu Pendidikan* 2 no. 1, (2012): 15.

<sup>6</sup>Yasipin, Silvia Ayu Rianti, Nurman Hidayat, "Peran Agama dalam Membentuk Kesehatan Mental Remaja", *Jurnal Manthiq*: Vol V No 1 (2020): 26.

akan terjadi adalah remaja lebih memilih menghabiskan waktu dengan diluar lingkungannya.<sup>7</sup>

Perilaku yang dimaksud dapat memicu remaja memiliki pemikiran untuk melakukan sesuatu hal yang dirasa dapat menenangkan pikirannya dengan cara melakukan hal-hal yang menyenangkan namun berunsur negatif karea mencoba mencari sesuatu hal yang baru akan tetapi tidak mendapatkan arahan. Biasanya hal seperti ini bisa saja dilakukan remaja karena faktor lingkungan yang sangat mendukung remaja untuk melakukan sesuatu hal yang belum pernah dilakukan namun ternyata hal tersebut berunsur negatif dan menyimpang dari ajaran Islam. Sikap yang dilakukan oleh remaja seperti ini bertujuan agar dirinya tidak merasa gangguan mental seperti kecemasan yang dialami saat menghadapi sesuatu hal yang baru ketika masa remaja. Dan permasalahan seperti ini sebagian besar dialami oleh remaja di Indonesia. Maka dapat dimengerti bahwa remaja sangat memerlukan berupa bantuan spiritualitas bimbingan keagamaan.<sup>8</sup>

Yusak Burhanudin di bukunya yang berjudul *Kesehatan Mental* menjelaskan tentang penyebab timbulnya kenakalan remaja dan gangguan mental remaja adalah salah satunya kurangnya pendidikan keagamaan yang diberikan di dalam keluarga (orang tua). Yang dimaksud pendidikan agama adalah menanamkan sifat keagamaan sejak dini, dan membimbing untuk melakukan sifat-sifat kebiasaan yang baik.<sup>9</sup>

Membimbing sama halnya dengan menolong, saling tolong menolong yang diwajibkan dalam agama Islam. Dalam hal ini tolong menolong dalam hal kebaikan kepada yang membutuhkan sebagaimana firman Allah dalam Al-Qur'an Surat Al-Maidah ayat 2 :

يَأَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تُحِلُّوا شَعْرَ اللَّهِ وَلَا الشَّهْرَ الْحَرَامَ وَلَا الْهَدْيَ وَلَا الْقُلُوبَ  
وَلَا ءَمَّيْنَ الْبَيْتِ الْحَرَامِ يَتَّعُونَ فَضْلًا مِّن رَّبِّهِمْ وَرِضُونَا وَإِذَا حَلَلْتُمْ فَاصْطَادُوا  
وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَا نُ قَوْمٍ أَن صَدُّوكُمْ عَنِ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ أَن تَعْتَدُوا وَتَعَاوَنُوا عَلَى  
الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدُونِ وَأْتَفَوْا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ

<sup>7</sup>Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2011), 44-45.

<sup>8</sup>Rizki Joko Sukmono, *Psikologi Zikir*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2008), 5.

<sup>9</sup>Yusak Burhanudin, *Kesehatan Mental*,(Cet II Jakarta: Bumi Aksara, 2005), 23.

Artinya: “Wahai orang-orang yang beriman. Janganlah kamu melanggar syiar-syiar kesucian Allah, dan jangan melanggar kehormatan bulan-bulan haram, jangan mengganggu hadyu (hewan-hewan kurban) dan qala'id (hewan-hewan kurban yang diberi tanda), dan jangan pula mengganggu orang-orang yang mengunjungi Baitulharam; mereka mencari karunia dan keridaan Tuhannya. Tetapi apabila kamu telah menyelesaikan ihram, maka bolehlah kamu berburu. Jangan sampai kebencianmu kepada suatu kaum karena mereka menghalang-halangi dari Masjidilharam, mendorongmu berbuat melampaui batas (kepada mereka). Dan tolong menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong menolong dalam berbuat dosa dan permusuhan. Bertakwalah kepada Allah, sungguh Allah sangat berat siksaan-Nya.” (QS. Al Maidah ayat 2).

Mengajak komitmen beragama kepada setiap individu remaja menjadi acuan agar tidak salah dalam melakukan sesuatu hal terlebih kepada remaja ketika sedang mengeksplor tentang apa yang ingin diketahuinya agar tidak menimbulkan hal yang negatif. Menurut Glock & Stark mengemukakan bahwa komitmen dalam beragama adalah keputusan individu dalam beragama untuk berperilaku sesuai dengan norma atau nilai-nilai ajaran agama yang dianutnya itu dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Marcia, bahwa komitmen beragama adalah proses pengambilan keputusan yang mantap, serta didasari oleh suatu pertimbangan pemikiran yang matang, meliputi tingkat pengetahuan, penghayatan, dan pengalaman ajaran agama yang dianut dalam kehidupan beragama.<sup>10</sup>

Komitmen beragama yang sudah ditanamkan remaja sejak ia memasuki masa remaja terlebih sudah memasuki akil baligh memiliki rasa terikat dalam diri remaja terhadap ajaran islam meliputi dimensi Iman, Islam, dan Ihsan. Memelihara dan meningkatkan komitmen agama (Iman, Islam, dan Ihsan) pada setiap remaja yang sedang memasuki masa mengenal dunianya melalui konseling islami meliputi misi dan strategi pelaksanaannya diantaranya yaitu:

---

<sup>10</sup>Fenti Hikmawati, *Bimbingan dan Konseleing Persepektif Islam*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2015), 59-60.

1. Mengacu pada Al-Qur'an Surat Ali Imran ayat 104 :

وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ  
وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ

Artinya : “Dan hendaklah ada di antara kamu segolongan umat yang menyeru kepada kebajikan, menyuruh kepada yang ma'ruf dan mencegah dari yang munkar; merekalah orang-orang yang beruntung. Ma'ruf: segala perbuatan yang mendekatkan kita kepada Allah; sedangkan Munkar ialah segala perbuatan yang menjauhkan kita dari pada-Nya.” (QS. Ali Imran ayat 2).

2. Menanamkan pengetahuan dan keyakinan terhadap amalan-amalan yang sesuai dengan ajarannya baik bersifat perintah maupun larangannya diharapkan agar tidak menghalalkan apa yang menjadi larangannya dan mengharamkan apa yang menjadi perintahnya.
3. Mengingat bahwa iman bukanan sebatas lisan namun juga membenarkan dengan hati dan mewujudkan perilaku dan amalan-amalan sehari-hari.

Pada masa remaja juga sangat rentan pada suatu hal keagamaan yang sangat mempengaruhi kehidupan pada seorang remaja. Mulai dari mencari jati diri dari remaja serta mengenal tentang suatu kehidupan namun tidak diberi arahan mengenai kaidah agama Islam atau ajaran Islam. Sudah selayaknya harus dibekali dengan keagamaan yang dapat menuntun dan membimbing kehidupan yang saat ini tengah dialami oleh remaja. Bimbingan keagamaan memegang peranan penting dalam kehidupan manusia, yaitu merupakan suatu proses untuk membantu seseorang agar memahami bagaimana petunjuk dan ketentuan Allah tentang kehidupan beragama, menghayati ketentuan dan petunjuk tersebut, mau dan mampu menjalankan ketentuan dari Allah agar yang bersangkutan dapat hidup bahagia di dunia dan akhirat.<sup>11</sup>

Fungsi atau perannya suatu bimbingan keagamaan atau komitmen bergama dalam perkembangan masa remaja yaitu untuk memberikan stimulan agar remaja dapat memperoleh ketenangan dalam kehidupannya, bertindak dan berperilaku sesuai dengan syari'at Islam serta berakhlak baik, diperlukan adanya upaya-upaya bimbingan keagamaan yang sungguh-sungguh agar perilaku lebih terarah. Adapun bentuk binaan atau bimbingan yang diberikan diharapkan

---

<sup>11</sup>Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 2001), 62.

remaja dapat lebih ideal serta dapat bertakwa kepada Allah, dapat meminimalisir bahkan menghilangkan sifat negatif remaja. Kegiatan seperti itu dapat dilakukan di lingkungan keluarga, lembaga maupun masyarakat. Sesuai firman Allah dalam Al-Qur'an Surat An-Nahl ayat 125:

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحِكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَدِّهِمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ

Artinya : “Serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk. Hikmah: ialah Perkataan yang tegas dan benar yang dapat membedakan antara yang hak dengan yang bathil.” (QS. An-Nahl ayat 125).

Pemberian bimbingan keagamaan pada remaja di Desa Mlati Lor menjadi salah satu langkah peneliti untuk memberikan pandangan kepada anak yang baru memasuki masa remaja di Desa Mlati Lor mengenai perubahan yang dialami oleh seusia remaja dan hal apa yang harus dilakukan oleh remaja baik itu dari segi pemikiran, lisan dan yang terpenting perilaku. Dengan kata lain perilaku remaja terarah pada satu objek atau tujuan tertentu. Permasalahan kurang terarahnya remaja dalam keagamaan dapat memicu adanya gangguan mental atau psikologis, lingkungan yang tidak mendukung seperti merasa tidak ada yang mau mengerti kondisi remaja, pergaulan yang salah, belum bisa menerima kondisi lingkungan disekitar, tidak dapat berbaur dengan warga disekitar, hingga pada akhirnya munculnya sifat individualis khususnya remaja di Desa Mlati Lor. Memberikan ajaran mengenai keagamaan pada remaja di Desa Mlati Lor akan mengurangi bahkan menghilangkan sifat keresahan yang disebabkan oleh perilaku yang salah. Agama dalam kehidupan manusia berfungsi sebagai nilai norma dalam bertingkah laku agar sejalan dengan keyakinan agama yang dianutnya. Dengan menanamkan nilai-nilai keagamaan khususnya remaja di Desa Mlati Lor.<sup>12</sup>

Dari uraian tersebut, maka bimbingan keagamaan merupakan hal penting serta diperlukan oleh remaja di Desa Mlati Lor untuk mengarahkan remaja kedalam kehidupan yang lebih baik lagi.

---

<sup>12</sup>Kartini Kartono, *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental Dalam Islam*, (Bandung: PT Mandar Maju, 1989), 36.

Permasalahan ini menjadi salah satu ketertarikan pada peneliti untuk memberikan bimbingan keagamaan dalam pendekatan behavioral kepada remaja di Desa Mlati Lor dengan mengingat kondisi psikologis remaja yang berbeda-beda baik yang ditunjukkan melalui perilaku. Peneliti ingin meneliti lebih dalam mengenai bagaimana pemberian bimbingan keagamaan yang diberikan kepada remaja di Desa Mlati Lor. Berdasarkan uraian di atas penyusun tertarik untuk mengangkat skripsi yang berjudul : “PERAN BIMBINGAN KEAGAMAAN MELALUI PENDEKATAN BEHAVIORAL UNTUK MENUMBUHKAN KESEHATAN MENTAL PADA REMAJA DI DESA MLATI LOR”

## **B. Fokus Penelitian**

Fokus penelitian adalah batasan masalah dalam penelitian kualitatif. Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis merumuskan masalah yang akan menjadi fokus penelitian adalah:

1. Peran Bimbingan Kegamaan melalui pendekatan behavioral untuk menumbuhkan kesehatan mental pada remaja di Desa Mlati Lor.
2. Faktor pendukung dan faktor penghambat untuk mencapai keberhasilan pelaksanaannya dalam memberikan bimbingan keagamaan melalui pendekatan behavioral untuk menumbuhkan kesehatan mental pada remaja di Desa Mlati Lor.

## **C. Rumusan Masalah**

Dengan demikian jelaslah rumusan masalah dari penelitian yang akan dilakukan ini adalah:

1. Bagaimana peran bimbingan keagamaan melalui pendekatan behavioral untuk menumbuhkan kesehatan mental pada remaja di Desa Mlati Lor?
2. Apa saja faktor pendukung dan faktor penghambat untuk mencapai keberhasilan pelaksanaannya dalam memberikan bimbingan keagamaan melalui pendekatan behavioral untuk menumbuhkan kesehatan mental pada remaja di Desa Mlati Lor?

## **D. Tujuan Penelitian**

Berpijak dari rumusan masalah yang peneliti ajukan dan sudah merupakan suatu keharusan bahwa setiap aktivitas mempunyai tujuan yang dicapai, maka tujuan dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui dan menganalisis bimbingan keagamaan melalui pendekatan behavioral untuk menumbuhkan kesehatan mental pada remaja di Desa Mlati Lor.

2. Untuk mengetahui dan menganalisis faktor pendukung dan faktor penghambat untuk mencapai keberhasilan pelaksanaannya dalam memberikan bimbingan keagamaan melalui pendekatan behavioral untuk menumbuhkan kesehatan mental pada remaja di Desa Mlati Lor.

### **E. Manfaat Penelitian**

Dalam penelitian ini, peneliti juga berharap dengan sangat supaya apa yang telah dituliskannya penelitian ini dapat bermanfaat baik dari peneliti maupun bagi pembaca. Diantara manfaat dari penelitian ini terbagi menjadi dua yaitu sebagai berikut:

#### **1. Manfaat Teoritis**

- a. Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan berupa teori-teori yang mendukung mengenai bimbingan keagamaan, teknik behavioral khususnya pada remaja di Desa Mlati Lor.
- b. Penelitian ini diharapkan menjadi acuan bagi peneliti lain yang berminat terkait dengan permasalahan yang serupa dengan penelitian ini.
- c. Untuk menambah wawasan dan pengetahuan dalam bidang penulisan Karya Tulis Ilmiah sebagai bekal di masa yang akan datang.

#### **2. Manfaat Praktis**

Setelah mengetahui manfaat teoritisnya, maka manfaat praktisnya sebagai berikut:

- a. Bagi pengelola Fakultas Dakwah dan Komunikasi, sebagai bahan masukan dalam menambah keilmuan terutama dalam bidang Bimbingan Konseling Islam tentang profesionalitas konselor.
- b. Bagi remaja, sebagai bahan masukan dan stimulan mengenai masa-masa remaja yang membutuhkan pelayanan konseling (bimbingan keagamaan).
- c. Bagi keluarga remaja, sebagai bahan masukan kepada keluarga khususnya orang tua untuk dapat memberi pengertian keagamaan kepada buah hati yang menginjak masa remaja.
- d. Bagi Desa Mlati Lor, sebagai wilayah yang diduduki oleh remaja dengan adanya penelitian ini dapat menumbuhkan kualitas penduduk khususnya remaja yang lebih sehat dan produktif.

- e. Bagi konselor, agar mampu mengembangkan diri dan potensinya untuk memiliki pribadi yang berkualitas dan profesional.

## **F. Sistematika Penulisan**

Dalam penulisan skripsi ini, untuk memberikan gambaran yang jelas dan secara menyeluruh kepada pembaca, maka penulis memberikan sistematika secara garis besar. Skripsi ini terbagi menjadi lima bab pembahasan yang saling berkaitan. Adapun diantaranya:

**BAB I** : Berisi Pendahuluan yang meliputi latar belakang, fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penelitian.

**BAB II** : Berisi kerangka teori yang meliputi teori yang berkaitan bimbingan keagamaan melalui pendekatan behavioral dalam menumbuhkan kesehatan mental pada remaja di Desa Mlati Lor. Penelitian terdahulu berisi tentang persamaan dan perbedaan bahasan penelitian sebelumnya. Kerangka berfikir yang berisi kerangka konstruk teoritis yang menjadi pijakan untuk mengumpulkan dan menganalisis data di lapangan.

**BAB III** : Berisi Laporan hasil penelitian lapangan atau metode penelitian yaitu jenis pendekatan, pelaksanaan bimbingan keagamaan melalui pendekatan behavioral dalam menumbuhkan kesehatan mental pada remaja di Desa Mlati Lor. Setting penelitian yang berisi lokasi dan waktu pelaksanaan penelitian yang dilakukan. Subjek penelitian yang berisi unit dan analisis yang diteliti. Sumber data yang berisi apa saja yang menjadi variabel penelitian. Teknik pengumpulan data berisi uji keabsahan data berupa observasi. Pengujian keabsahan data berbentuk wawancara, observasi, dan dokumentasi. Teknik analisis data yaitu berisi tentang teknik peneliti mengolah data yang terkumpul.

**BAB IV** : Membahas tentang hasil penelitian

**BAB V** : Berisi penutup yang merupakan akhir dari skripsi, meliputi : kesimpulan, saran dan kata penutup. Setelah penutup dibagian akhir dicantumkan daftar pustaka, lampiran-lampiran, dan biodata.